

Personnes âgées devenues aveugles

Est-ce qu'il s'agit de perdre votre vision dans vos dernières années ? Si oui, vous êtes entre de bonnes mains. Une personne âgée sur quatre perd la vision notamment.

Quelles sont les principales causes de déficience visuelle et de cécité chez les personnes âgées ?

- Cataracte
- Dégénérescence maculaire
- Glaucome
- Rétinopathie diabétique

La plupart de ces conditions ne causent pas la cécité totale, mais les personnes âgées peuvent éprouver des problèmes tels que :

- Vision latérale limitée
- Vision centrale limitée
- Éblouissement et sensibilité à la lumière
- Lumière disponible insuffisante
- Vision fluctuante
- Vision floue
- Vision double
- Manque de perception de la profondeur

N'importe laquelle de ces conditions peut rendre les tâches quotidiennes inconfortables et frustrantes lors de se servir de la vision. Apprendre à être attentive à vos autres sens, en particulier le vieux « bon sens » vous aide à faire les choses à nouveau. Si vous éprouvez des difficultés à faire des activités quotidiennes en raison d'une vision diminuée, l'enseignement et le conseil offerts par NCBVI peuvent vous aider.

Centre pour les aveugles et les personnes de basse vision dans Nebraska (NCBVI par son sigle en anglais) est créée pour aider les résidents du Nebraska aveugles ou malvoyants à avoir une vie plus complète et plus enrichissante. La mission de NCBVI est d'offrir à toutes ces personnes des services de counseling, de formation, de placement et de recrutement afin d'accroître leur indépendance et/ou d'améliorer les possibilités d'emploi. NCBVI remplit sa mission grâce aux efforts de personnes compétentes, dévouées et gentilles qui font une différence positive à la fois dans la vie de ceux qu'ils servent et dans la vie des autres.

Quels sont les services disponibles ?

Formation et conseils

Apprenez des formes non visuelles lors du déplacement, par exemple, avec une canne, en comptant le temps, en lissant, en cuisinant, et plus encore. La poursuite des activités qui étaient importantes pour vous avant la perte de vision favorise une attitude positive et peut vous aider à retrouver votre confiance en soi. L'enseignement et le conseil en réadaptation sont dispensés individuellement, à la maison partout dans Nebraska et dans des programmes de formation de groupe où les participants apprennent les uns des autres ainsi que de notre personnel.

Informations et référence

Demandez-nous des informations sur la cécité, les services que nous offrons ou d'autres ressources. Nous pouvons également fournir des haut-parleurs pour vos réunions.

Pour de plus amples renseignements sur les services de l'IVCB pour les personnes âgées, communiquez avec Erin Brandy à erin.brandyberry@nebraska.gov

Pour en savoir plus sur les problèmes de vision et comment continuer à faire une vie active malgré eux, contactez-nous.

Commission du Nebraska pour les aveugles et les personnes à faible vision.

4600, chemin Valley, Suite 100

Lincoln, Nebraska 68510-4844

Téléphone : (402) 471-2891

Fax : (402) 471-3009

Numéro sans frais : (877) 809-2419

Conseils utiles pour les personnes ayant une perte de vision

- Vous pouvez différencier les types de pièces en touchant le bord avec l'ongle. Les pièces d'un cent et de cinq cents sont lisses, les pièces dix et 25 cents, ont des lignes en relief.
- Les billets peuvent être pliés d'une manière dont vous vous souviendrez. Vous pouvez laisser les billets d'un dollar déployés, plier les billets de cinq dollars en deux tout au long, plier les dix, la moitié et plier vos billets de vingt dollars en trois. Utilisez un système qui fonctionne pour vous. Soyez créatif.
- Composez un numéro de téléphone en touchant les boutons. Sur les téléphones bouton-poussoir la première rangée est toujours 1 - 2 - 3, la deuxième rangée est de 4 - 5 - 6, et ainsi de suite. Le cadran pivotant est également facile. Sentez où 1 et 0 sont, puis comptez autour du cadran jusqu'à ce que vous atteigniez le nombre dont vous avez besoin. Vous n'avez pas besoin de voir le téléphone pour passer un appel. Avec un peu d'entraînement, vous composerez un numéro rapidement et facilement.
- Un modèle en carton simple avec des fenêtres coupées peut tenir dans votre portefeuille, ce qui servira de guide de ligne sur laquelle vous pouvez écrire la

date la quantité, etc. Vous pouvez conserver vos enregistrements en gros caractères avec un marqueur noir ou sur une cassette.

- Vous pouvez cuisiner en écoutant les instructions, à l'aide d'une minuterie, en sentant si la préparation est prête avec une fourchette et en apprenant les réglages des sphères au toucher.
- Pour indiquer l'heure, vous pouvez utiliser une montre en braille, ou tout simplement en élevant le couvercle d'une montre vous permettant de sentir où se trouvent les mains de la montre. Il y a aussi des horloges de main et du mur avec audio.
- Avec une longue canne blanche, vous pouvez marcher en toute sécurité et en toute confiance malgré des conditions d'éclairage ou de la quantité de vision.
- Si vous ne pouvez pas voir les visages clairement, écoutez. Vous pouvez généralement identifier les personnes par leur voix, pas de pied, ou toute autre fonctionnalité individuelle.
- Ces techniques alternatives et d'autres peuvent être apprises avec la pratique et un peu de patience. Notre personnel est disponible pour vous aider à développer des moyens de faire des tâches quotidiennes avec facilité.

Il n'y a pas de frais pour les services. Appelez !

Carol Jenkins

Directeur adjoint des services pour les aveugles et les malvoyants du Nebraska

4600, chemin Valley, Suite 100

Lincoln, NE 68510-4844

(402) 471-2891

Fax : (402) 471-1194

Sans frais : (877) 809-2419

Les services de cette agence sont disponibles pour tous les résidents du Nebraska sur une base non discriminatoire, indépendamment de la race, la couleur, nationalité d'origine, le genre, l'âge ou le handicap. Pour toute demande de renseignements ou plaintes, veuillez communiquer avec NCBVI.